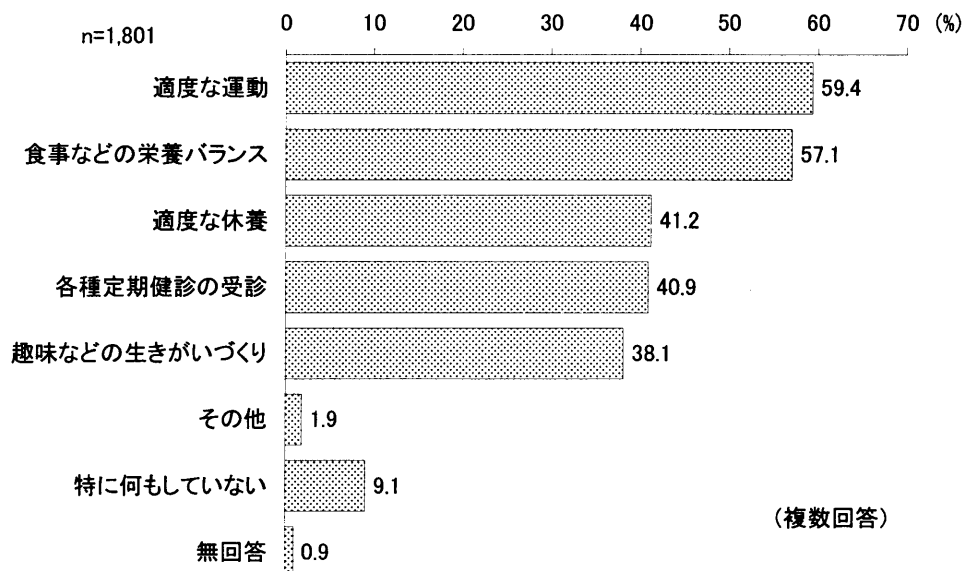


## 5-12 健康のために心がけていること

◇「適度な運動」「食事などの栄養バランス」がともに6割近く

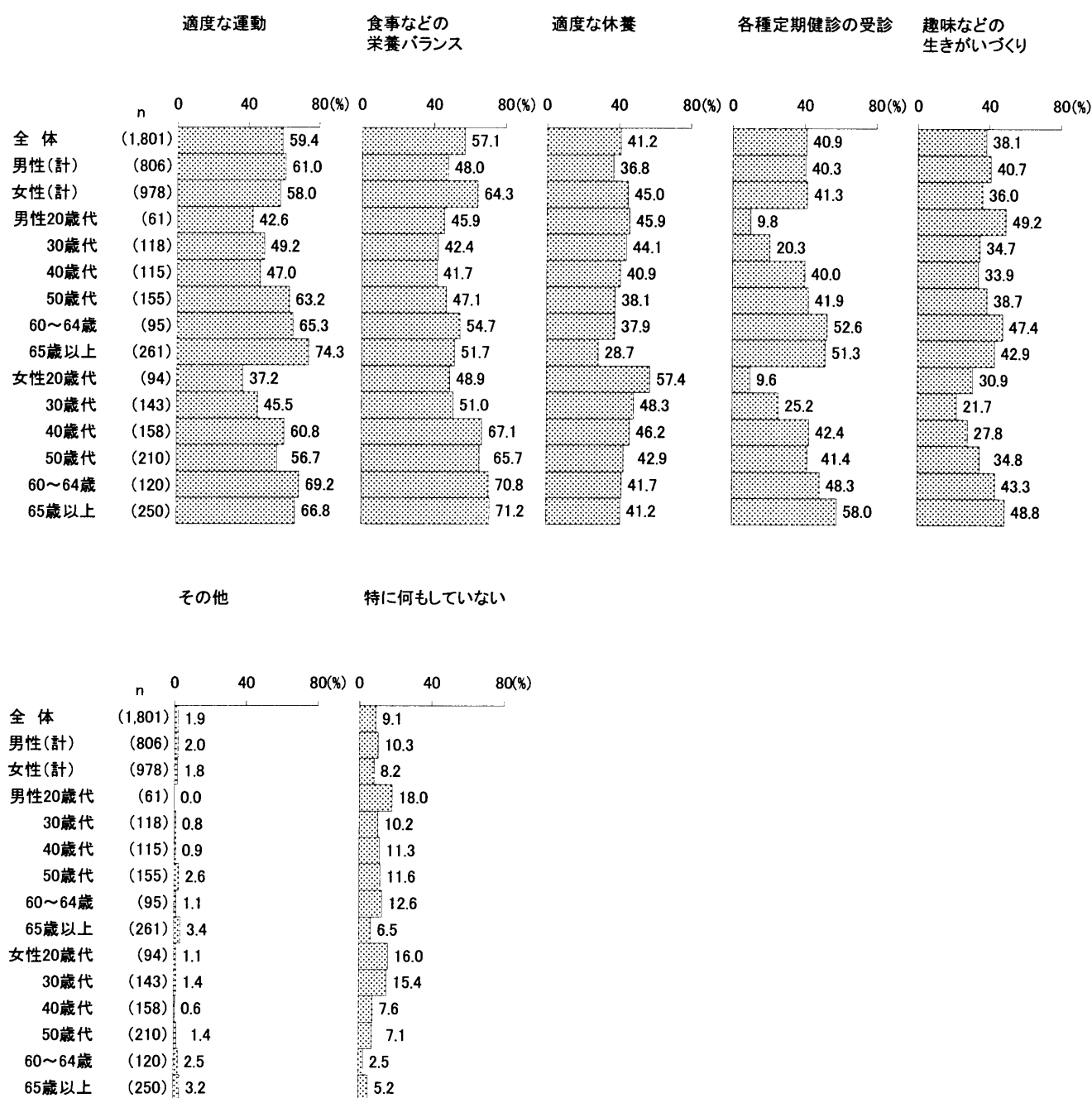
問28 あなたが健康の維持・増進のために、自ら心がけて行動していることはどれですか。  
(〇はいくつでも)

図5-12-1



健康の維持・増進のために、自ら心がけて行動していることについて聞いたところ、「適度な運動」(59.4%)と「食事などの栄養バランス」(57.1%)がともに6割近く、ついで「適度な休養」(41.2%)と続いている。(図5-12-1)

図5-12-2 健康のために心がけていることー性別・年齢別



性別にみると、「食事などの栄養バランス」は女性のほうが16.3ポイント高くなっている。

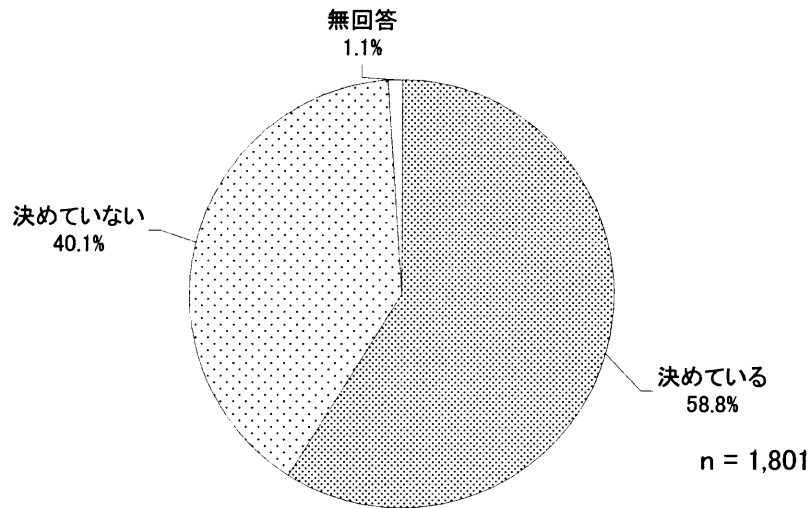
性・年齢別にみると、「適度な運動」は男女とも概ね年齢が高くなるほど割合が増加している。「食事などの栄養バランス」は女性の40歳以上で7割前後と高くなっている。「適度な休養」は男女ともに年齢が低くなるほど割合が高い傾向にあり、特に女性の20歳代では6割弱(57.4%)を占める。「各種定期健診の受診」は男女とも概ね年齢が高くなるほど割合が増加する傾向がみられる。「趣味などの生きがいがづくり」は男性20歳代の5割弱(49.2%)を筆頭に、男女ともに60歳以上で4割台と高くなっている。(図5-12-2)

## 5-13 かかりつけの医療機関の有無

◇「決めている」人は6割弱

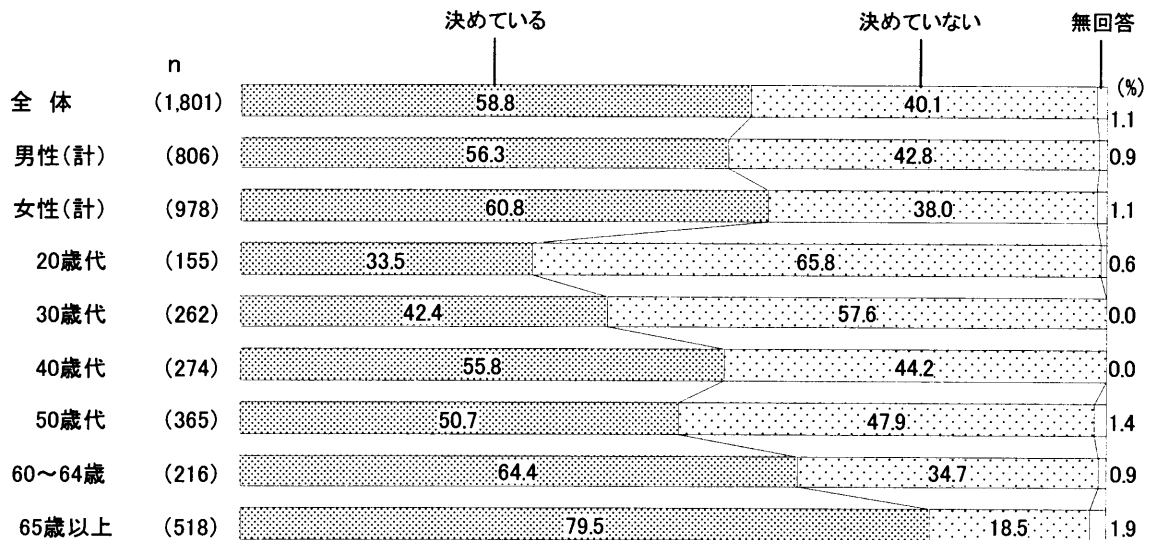
問29 あなたは、かかりつけの医療機関を決めていますか。(○は1つだけ)

図5-13-1



かかりつけの医療機関を決めているか聞いたところ、「決めている」が6割弱（58.8%）、一方、「決めていない」が約4割（40.1%）となっている。（図5-13-1）

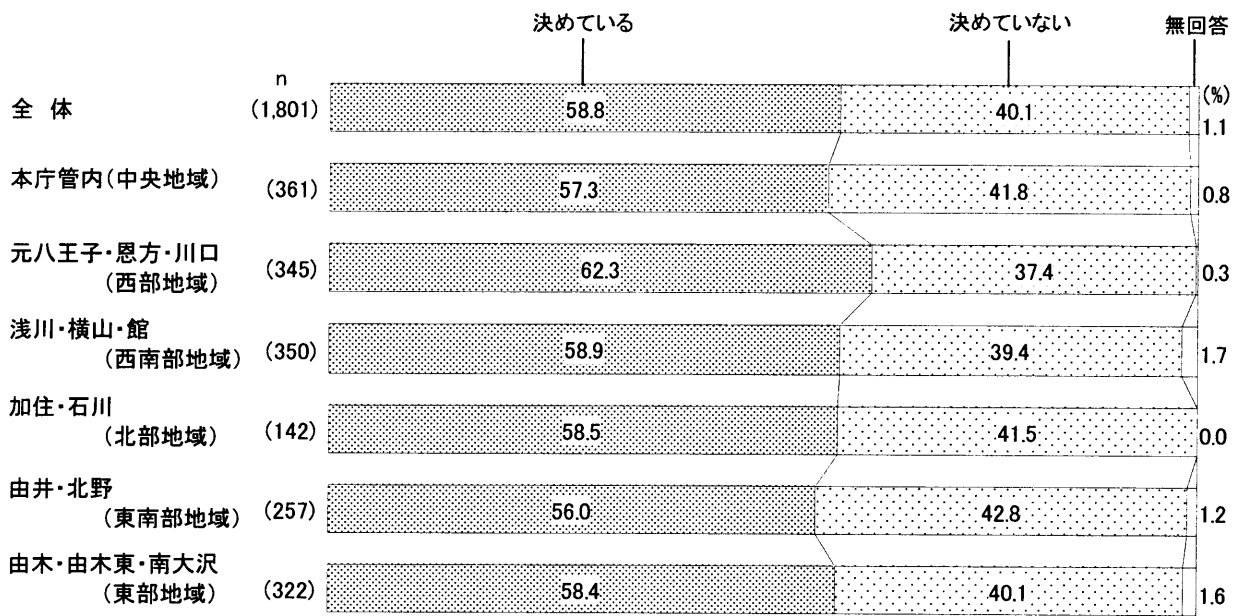
図5-13-2 かかりつけの医療機関の有無－性別・年齢別



性別にみると、女性のほうが「決めている」が4.5ポイント高くなっている。

年齢別にみると、50歳代を除き、年齢が高くなるほど「決めている」の割合が増加する傾向がみられ、65歳以上では約8割（79.5%）を占めている。（図5-13-2）

図5-13-3 かかりつけの医療機関の有無—居住地域別



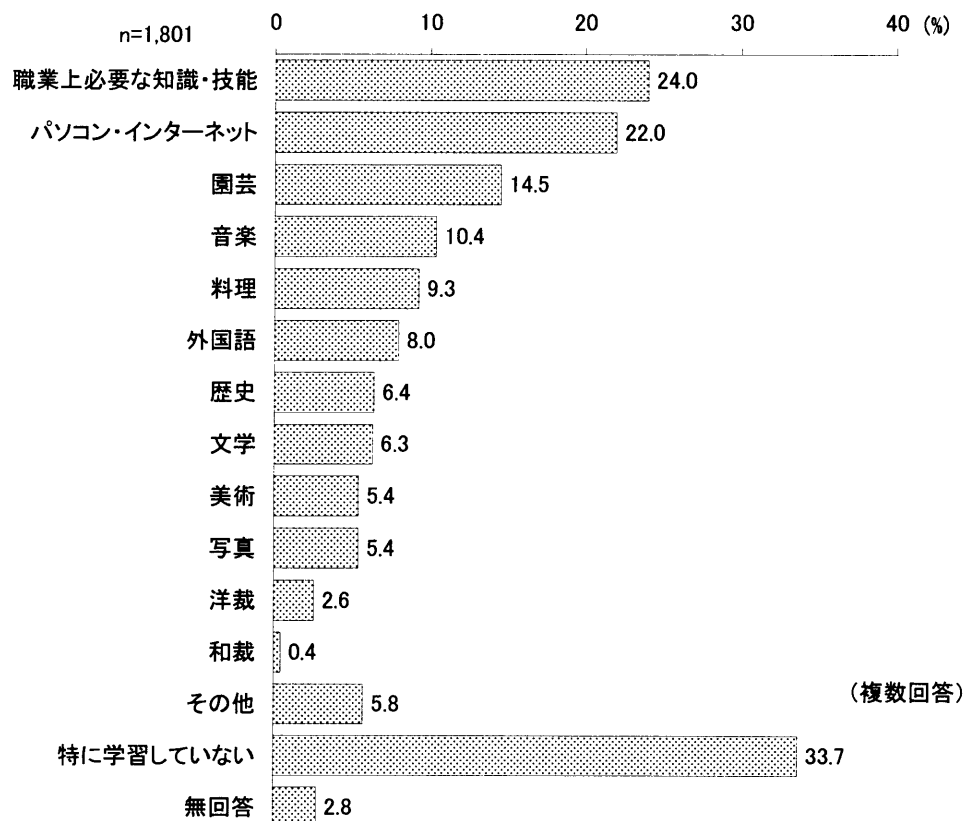
居住地域別にみると、「決めている」は元八王子・恩方・川口（西部地域）で6割強（62.3%）と最も高く、由井・北野（東南部地域）で5割台半ば（56.0%）と低くなっている。（図5-13-3）

## 5-14 この1年間に取り組んだ学習活動

◇「職業上必要な知識・技能」と「パソコン・インターネット」の2項目が2割強

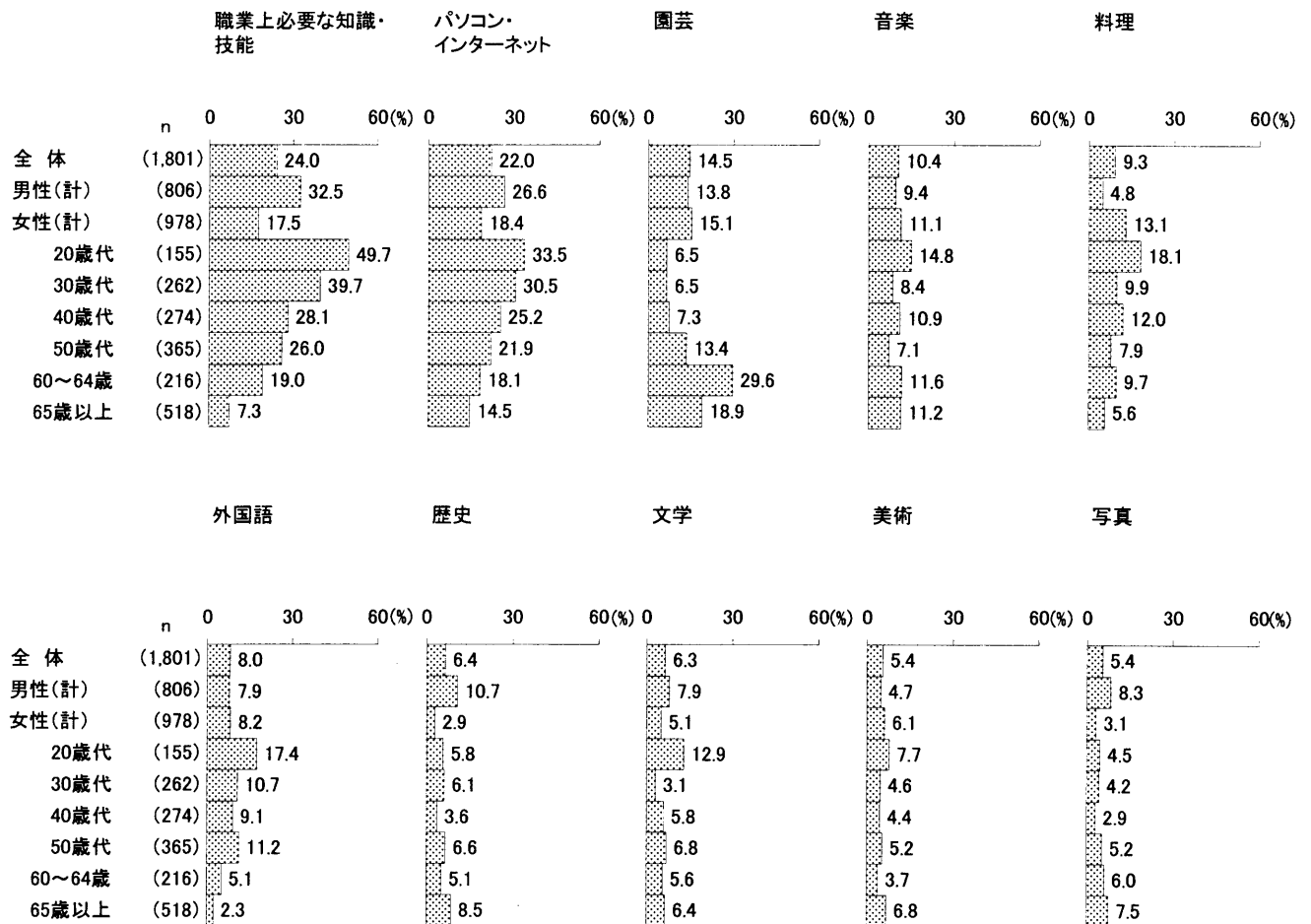
問30 あなたがこの1年間に取り組んだ学習活動はどれですか。(〇はいくつでも)

図5-14-1



この1年間に取り組んだ学習活動について聞いたところ、「職業上必要な知識・技能」が2割台半ば(24.0%)と最も高く、ついで「パソコン・インターネット」(22.0%)、「園芸」(14.5%)、「音楽」(10.4%)、「料理」(9.3%)と続いている。(図5-14-1)

図5-14-2 この1年間に取り組んだ学習活動—性別・年齢別（上位10項目）



性別にみると、男性のほうが「職業上必要な知識・技能」で15.0ポイント、「パソコン・インターネット」で8.2ポイント高く、女性のほうが「料理」で8.3ポイント高くなっている。

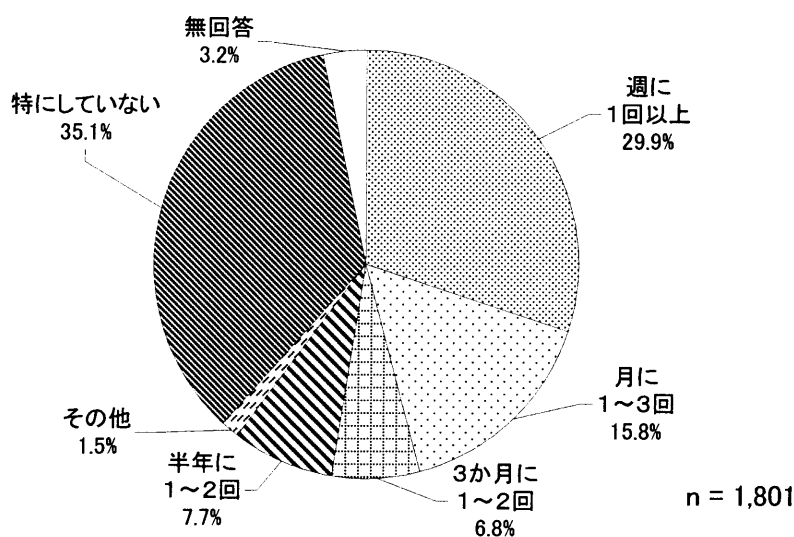
年齢別にみると、「職業上必要な知識・技能」、「パソコン・インターネット」、「外国語」は年齢が低くなるほど割合が増加する傾向にあり、20歳代で「職業上必要な知識・技能」は約5割（49.7%）、「パソコン・インターネット」は3割強（33.5%）を占める。「園芸」は年齢が高くなるほど割合が増加する傾向がみられる。（図5-14-2）

## 5-11 この1年間に行ったスポーツの頻度

◇「週に1回以上」が約3割、「特にしていない」が3割台半ば

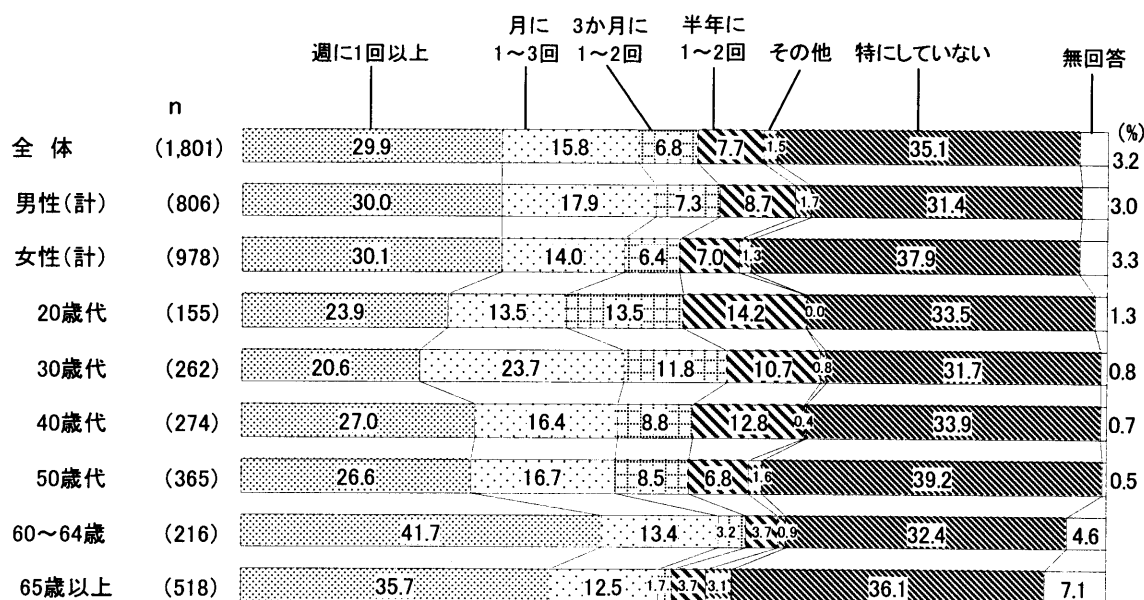
問31 あなたがこの1年間にスポーツを行った回数はどのくらいですか。(○は1つだけ)

図5-15-1



この1年間にスポーツを行った回数について聞いたところ、「週に1回以上」が約3割(29.9%)、「月に1~3回」が1割台半ば(15.8%)となり、「3か月に1~2回」(6.8%)及び「半年に1~2回」(7.7%)がともに1割未満となっている。一方、「特にしていない」は3割台半ば(35.1%)となっている。(図5-15-1)

図5-15-2 この1年間に行ったスポーツの頻度—性別・年齢別



性別にみると、女性のほうが「特にしていない」が6.5ポイント高くなっている。

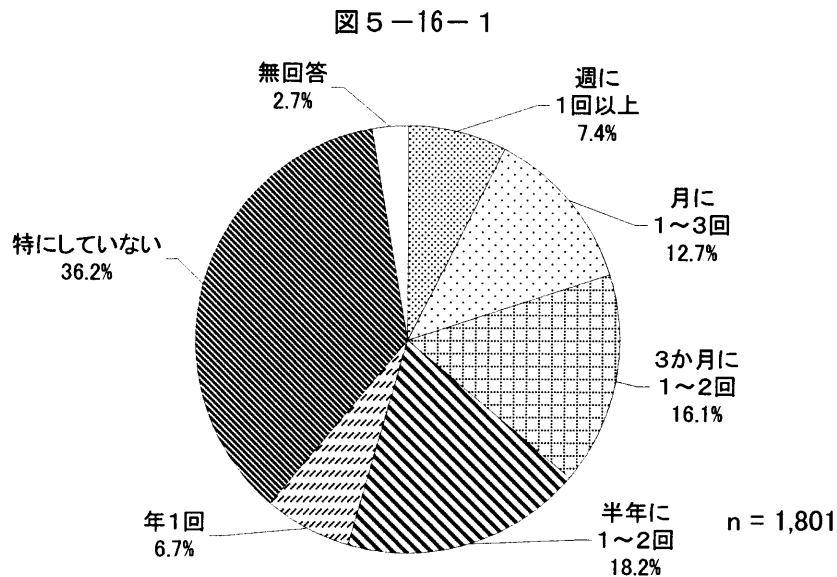
年齢別にみると、「週に1回以上」は60~64歳で4割強(41.7%)と最も高くなっている。

(図5-15-2)

## 5-16 この1年間の芸術・文化活動の頻度

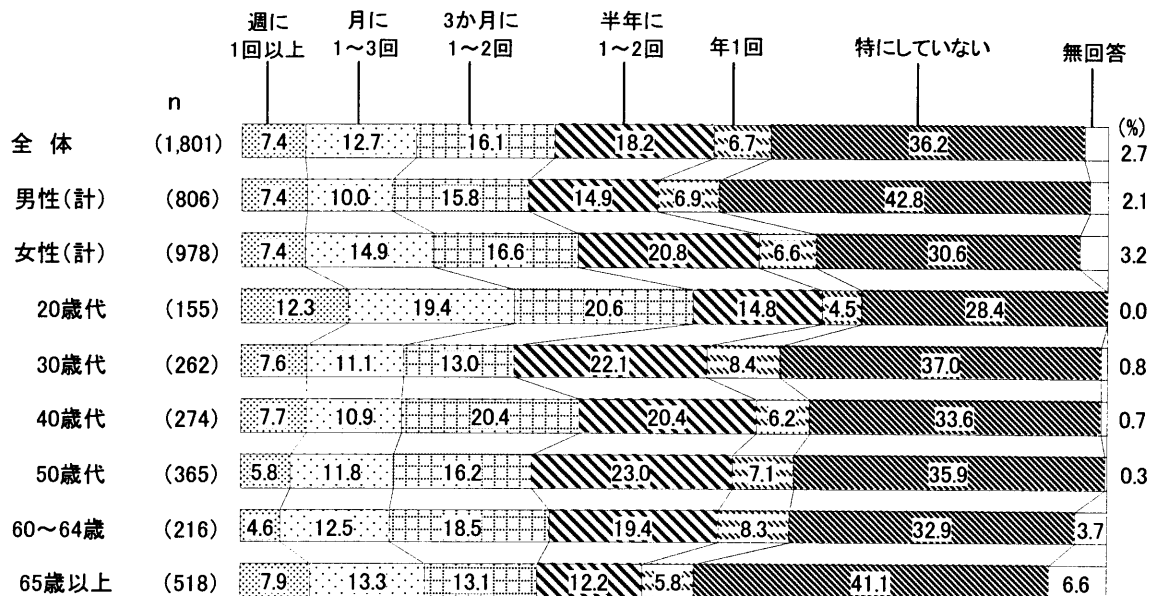
◇「半年に1～2回」が2割弱、「特にしていない」が3割台半ば

問32 あなたは、この1年間にどのくらいの頻度で芸術・文化活動に参加しましたか。(鑑  
(観)賞も含みます)(○は1つだけ)



この1年間の芸術・文化活動の参加頻度について聞いたところ、「週に1回以上」が1割未満(7.4%)、「月に1～3回」が1割強(12.7%)、「3か月に1～2回」が1割台半ば(16.1%)、「半年に1～2回」が2割弱(18.2%)となっている。一方で「特にしていない」は3割台半ば(36.2%)となっている。(図5-16-1)

図5-16-2 この1年間の芸術・文化活動の頻度—性別・年齢別



性別にみると、男性のほうが「特にしていない」が12.2ポイント高くなっている。

年齢別にみると、「週に1回以上」と「月に1～3回」の合計は20歳代(31.7%)の割合が最も高く、60～64歳(17.1%)の割合が最も低くなっている。(図5-16-2)

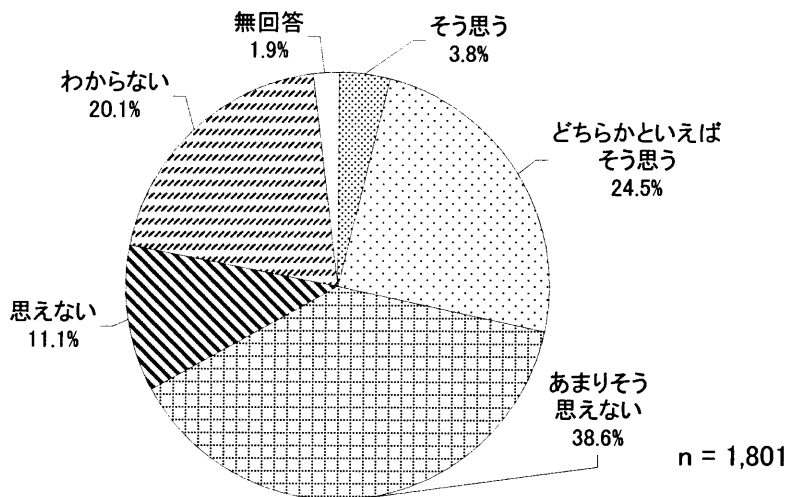


## 5-17 市は景観に配慮されたまちであるか

◇『思えない』が5割弱

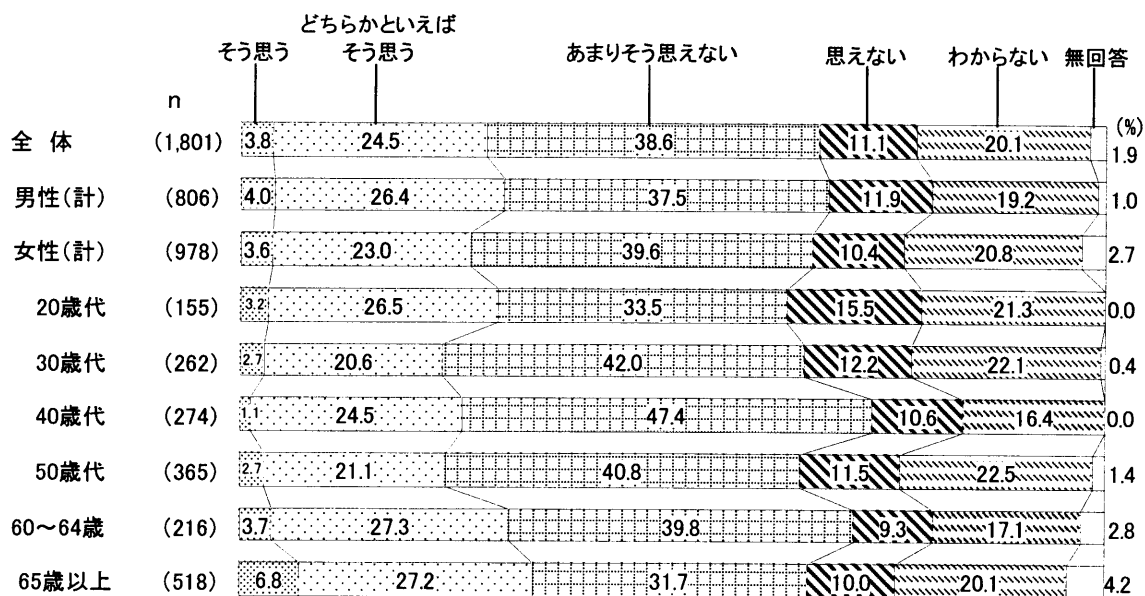
問33 あなたは、本市が景観に配慮されたまちであると思いますか。(〇は1つだけ)

図5-17-1



市が景観に配慮されたまちであるかについて聞いたところ、「あまりそう思えない」が4割弱(38.6%)と最も高く、「思えない」(11.1%)と合わせた『思えない』は5割弱(49.7%)となっている。一方、「そう思う」(3.8%)と「どちらかといえばそう思う」(24.5%)を合わせた『そう思う』は3割弱(28.3%)となっている。(図5-17-1)

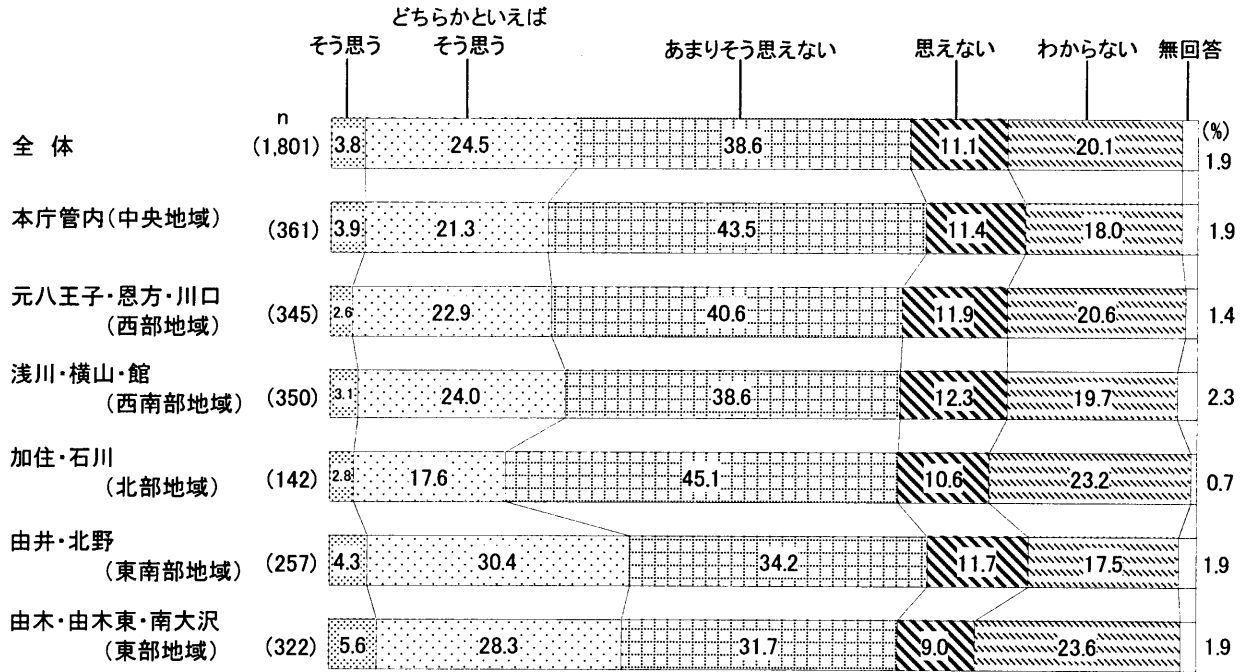
図5-17-2 市は景観に配慮されたまちであるかー性別・年齢別



性別にみると、『そう思う』は男性が女性より3.8ポイント高く、『思えない』は男女に大きな差は特にみられない。

年齢別にみると、30歳代~50歳代で『思えない』が5割台と高く、60歳以上で『そう思う』が3割を超え、比較的高くなっている。(図5-17-2)

図5-17-3 市は景観に配慮されたまちであるか—居住地域別

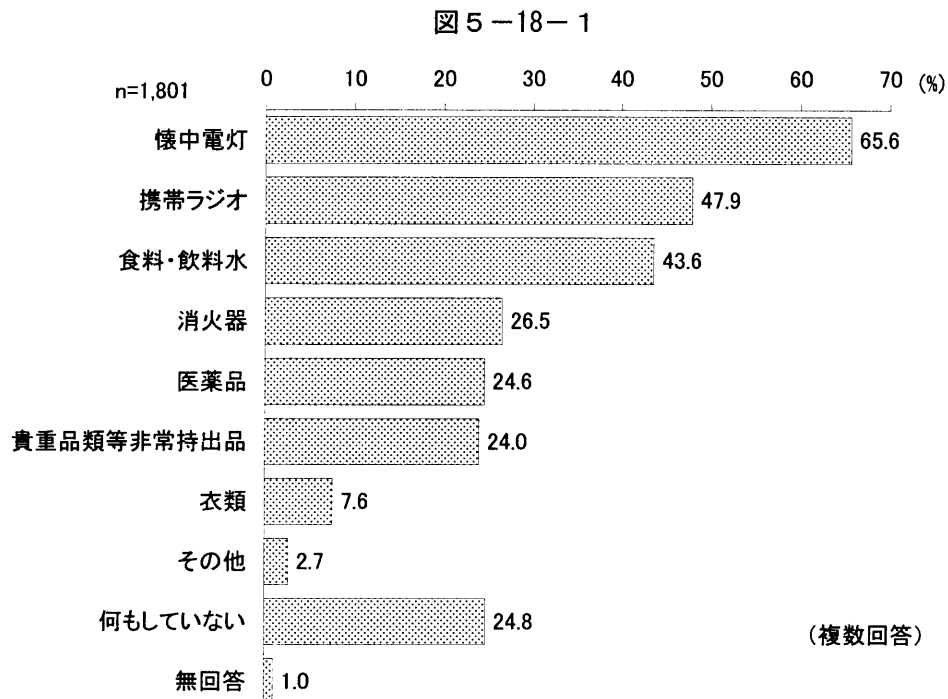


居住地域別にみると、『思えない』は本庁管内（中央地域）と加住・石川（北部地域）で5割台半ばと高く、『そう思う』は由井・北野（東南部地域）と由木・由木東・南大沢（東部地域）で3割台と高くなっている。（図5-17-3）

## 5-18 災害に対する準備

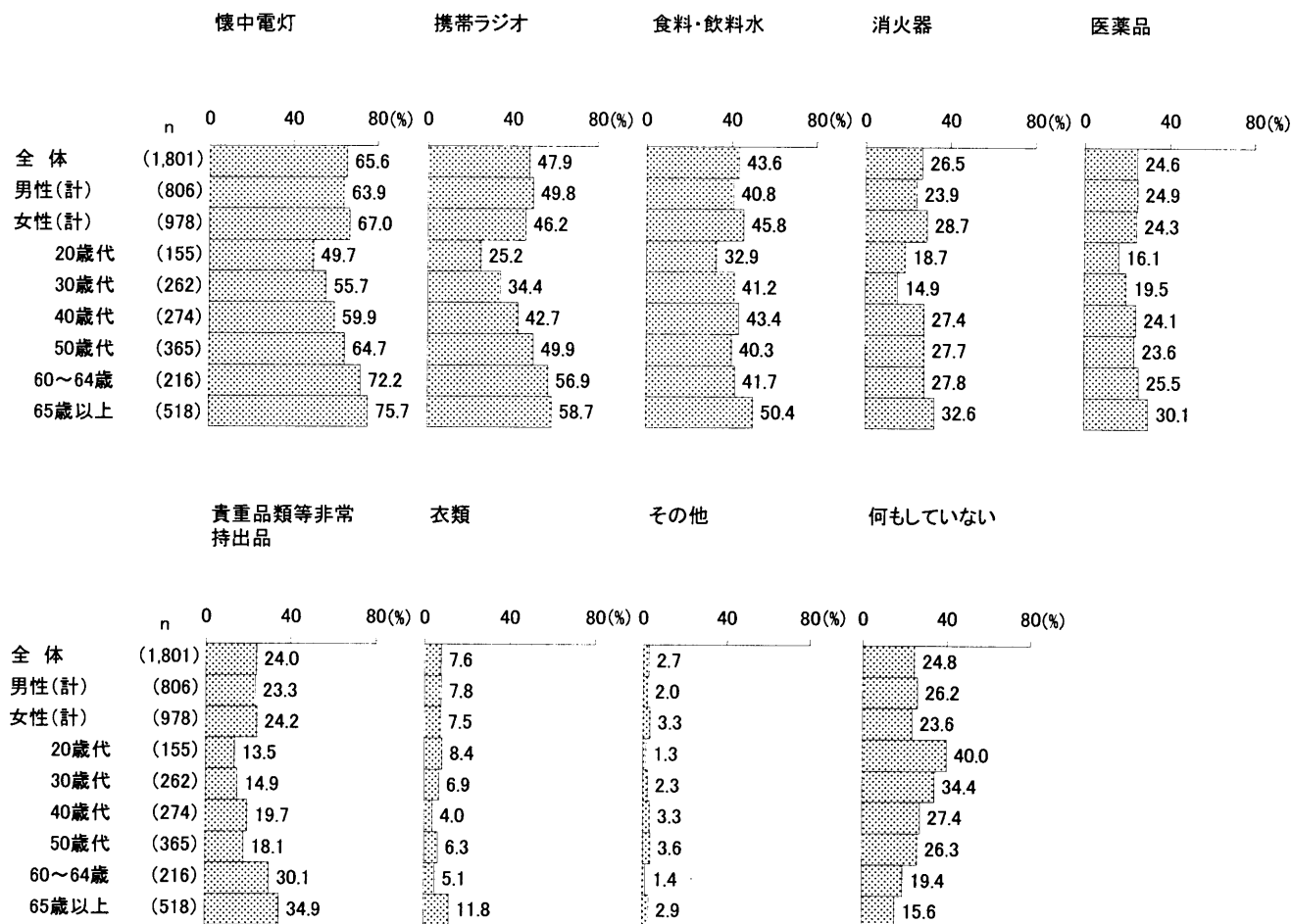
◇「懐中電灯」が6割台半ばと突出

問34 あなたの家庭では、大地震等の災害に備えどのようなものを準備していますか。  
(〇はいくつでも)



大地震等の災害に備えた準備についてきいたところ、「懐中電灯」が6割台半ば(65.6%)と最も高く、ついで「携帯ラジオ」(47.9%)、「食料・飲料水」(43.6%)、「消火器」(26.5%)の順が続いている。(図5-18-1)

図5-18-2 災害に対する準備—性別・年齢別



性別にみると、「食料・飲料水」は女性のほうが5.0ポイント高くなっている。

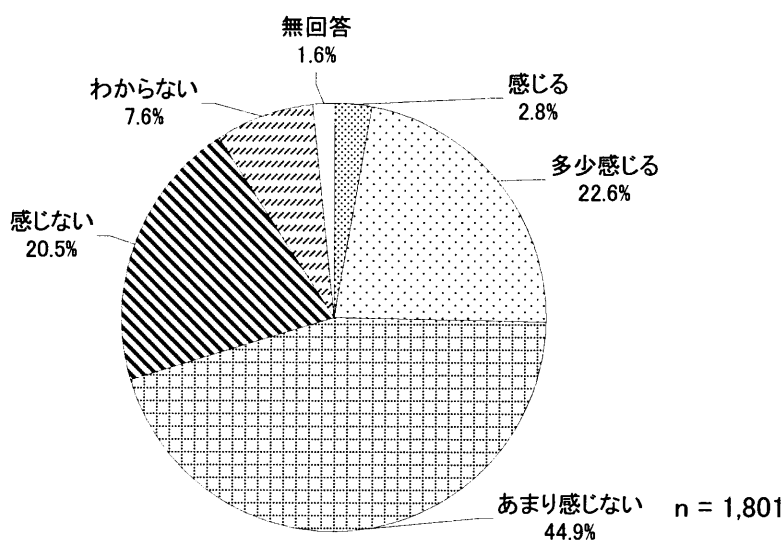
年齢別にみると、「懐中電灯」、「携帯ラジオ」、「医薬品」、「貴重品類等非常持出品」は、年齢が高くなるほど割合が増加する傾向にある。これに対して、「何もしていない」は年齢が低くなるほど割合が増加する傾向にあり、20歳代は4割（40.0%）と高くなっている。（図5-18-2）

## 5-19 市のにぎわいと活力の有無

◇『感じない』が6割台半ば

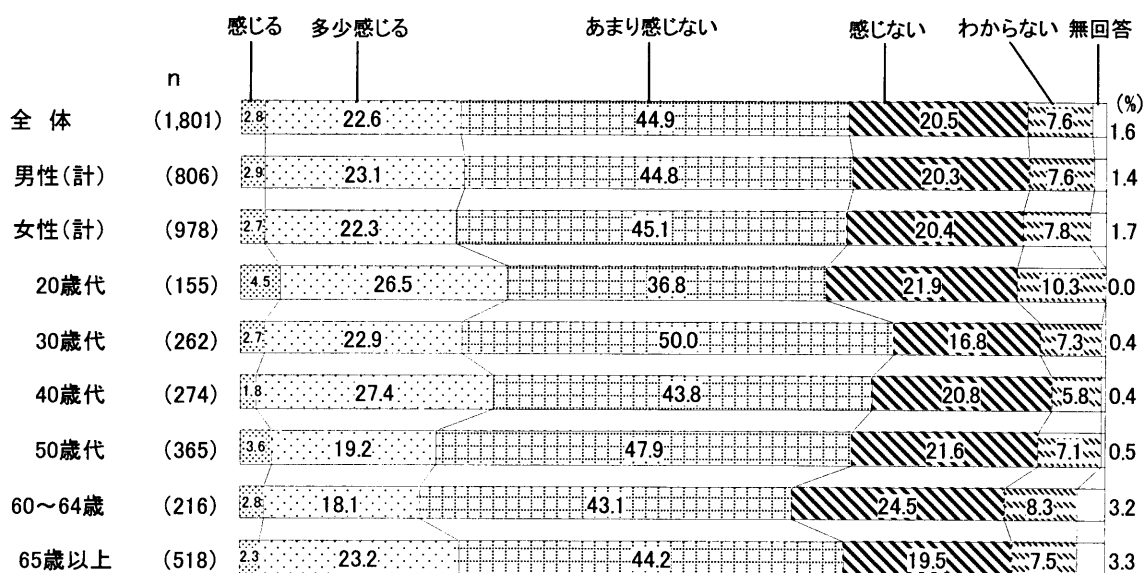
問35 あなたは、本市がにぎわいと活力があるまちであると感じますか。(○は1つだけ)

図5-19-1



八王子市がにぎわいと活力があるまちであると感じるか聞いたところ、「あまり感じない」が4割台半ば(44.9%)と最も高く、「感じない」(20.5%)を合わせた『感じない』は6割台半ば(65.4%)である。「感じる」(2.8%)と「多少感じる」(22.6%)を合わせた『感じる』は2割台半ば(25.4%)となっている。(図5-19-1)

図5-19-2 市のにぎわいと活力の有無-性別・年齢別



性別には大きな差はみられない。

年齢別にみると、『感じる』は20歳代・40歳代で3割前後と高くなっている。(図5-19-2)

